ఆరోగ్యం, ఆహారంపై గ్రహాల ప్రభావం.....!!

మానవులపై గ్రహాల ప్రభావం ఉంటుందని మనం తెలుసుకున్నాం. అయితే గ్రహాల ద్వారా మన నిత్య జీవనం ఆధారపడి ఉంటుంది. వారం రోజులకు రోజుకో గ్రహం యొక్క ప్రభావం ఉంటుంది.

ఆదివారం–సూర్యుడు, సోమవారం–చంద్రుడు, మంగళవారం–కుజుడు, బుధవారం–బుధుడు, గురువారం-బృహస్పతి శుక్రవారం–శుక్రుడు, శనివారం–శని.. ఈ విధంగా వుంటుంది. ప్రతి రోజూ ఆ గ్రహ ప్రభావం ఉంటుంది.

ఆహారం

ఈ నేపథ్యంలో మనం ఆరోగ్యంగా ఉండాలంటే ఏ రోజున ఏ రకమైన ఆహారం తినాలి అనేది ముఖ్యం. మొక్కలు, పండ్లు వంటివి కూడా గ్రహ సంచారంపై ఆధారపడి పెరుగుతాయి. ఆదివారం మన ఆహారంపై సూర్యుడి ప్రభావం వుంటుంది. కనుక మనం ఏ రకమైన ఆహారం తిన్నప్పటికి తేలికగా జీర్ణం అయి శరీరం పీల్చేస్తుంది. సోమవారం చంద్రుడి ప్రభావం వుంటుంది. కనుక చంద్రుడు నీటి సంబంధమైన గ్రహం. కనుక నీరు అధికంగా కలిగి ఉండే.. గుమ్మడి, దోస, పుచ్చ పండు వంటివి తింటే బాగా జీర్ణం అయిపోతాయి. మంగళవారం కుజుడి ప్రభావం వుంటుంది. కుజుడు వేడి గ్రహం. కనుక వేడిపుట్టించే మామిడి పండు, పైన్ ఆపిల్, ఉల్లిపాయ, మిరియం, వెల్లుల్లి, మొదలైనవి బాగా పీల్చబడి త్వరగా జీర్ణం అవుతాయి.

బుధవారం బుధుడి ప్రభావం వుంటుంది. ఈ గ్రహం రెండు రకాలు కనుక ఏ ఆహారం ఈ రోజు తీసుకున్నా పరవాలేదు. గురువారం, గురుగ్రహ ప్రభావం వుంటుంది. పసుపు లేదా ఆరెంజ్ రంగు ఆహార పదార్థాలు (ఉదా.. ఆరెంజ్, నిమ్మ, అరటిపండు, మొదలైనవి..) తినండి. శుక్రవారం శుక్రుడి ప్రభావం వుంటుంది. శుక్రుడు ప్రేమ వ్యవహారాలకు, సంబంధించిన ఆహారాలు, బాదం, పిస్తా, బాదంపప్పు, జింక్ అధికంగా వుండే ఆహారాలైన డార్క్ చాక్లెట్, వేయించిన గుమ్మడి గింజలు, వంటివి తినడం మంచిది. శనివారం శని ప్రభావం వుంటుంది. శని నూనెలపై ఆధిపత్యం కలిగి వుంటాడు. కనుక నూనె ఆహారాలు, జంక్ ఫుడ్ శనివారం బాగా జీర్ణం అవుతుంది.

మన భుజించే ఆహారం భూమి ద్వారా వస్తుంది. భూమిలో అన్ని రకాల ఎనర్జీలు వుంటాయి. మనం తినే ఆహారం భూమి నుంచి నెగెటివ్, పాజిటివ్ శక్తులు కలిగి వుంటుంది. మనం సంతోషంగా వుంటే, సరైన ఆహారం తింటాం. మన దుఖం లేదా విచారంతో వుంటే మనం తినే ఆహారాలు మారుస్తూ సంతోషం కొరకు ప్రయత్నిస్తాం. జీర్ణక్రియ సమస్యలు తరచుగా వస్తూ వుంటే.. మీ జాతకంలోని బలహీన గ్రహాలను బలం

చేసేందుకు ప్రయత్నించాలి. మీ జీవన నాణ్యతను మెరుగుపరచుకుంటూ వేగంగా జీర్ణం కలిగించుకోవాలి కనుక మీ బలహీన గ్రహాలేవో తెలుసుకోండి. బలహీన గ్రహాలను ఎలా బలపరచాలి? వైద్య సలహాలకు జ్యోతిషం, గ్రహాలు ప్రత్యామ్నాయాలు కావు, కాని, అది మీకు ఆరోగ్య అంశాలలో ఎన్నో వివరాలను అది అందిస్తుంది.

ఆరోగ్యం

గ్రహాల దుష్ట కిరణాల ప్రభావం వల్ల మానవుడిలో ఏర్పడే శారీరక, మానసిక రుగ్మతలకు కారణమవుతాయి. గ్రహాల మంచి కిరణాల ద్వారా వృద్ధి చెందిన వృక్ష జాతులు ఔషధాలవుతాయి అనేది జ్యోతిర్వైద్య సిద్ధాంతం.

చంద్రుడు:-కాల్షియంకు ముత్యపు చిప్పలకు, ముత్యాలకు, మంచి గంధానికి, లవణానికి అధిపతి చంద్రుడు. మనస్సుకు చంద్రుడు ఆది దేవత. రక్తంలోని తెల్ల రక్తకణాలకు చంద్రుడే అధిపతి. శరీరంలోని కాల్షియం తగ్గినప్పుడు ముత్యపు భస్మం ముందుగా తీసుకోవాలని ఆయుర్వేదం చెబుతోంది. పూర్వపు రాజులు ముత్యపు సున్నం తాంబూలంలో వాడుకున్నారు. శరీరంలోని రక్తవేగం పెంచడానికి లవణం ఉపయోగపడుతుంది. ప్రేమ, కోపం, ఉద్వేగం బొమ్మా బొరుసులు. ఆ ఉద్వేగాన్ని పెంచే లక్షణం లవణంలో ఉంది. ఆ ప్రేమకు కూడా చంద్రుడే అధిపతి. అదే లవణాన్ని సూక్ష్మీకరించి (నేట్రంమూర్) ముం దుగా వాడితే ఉద్వేగాన్ని రక్తపోటును తగ్గిస్తుంది. మంచి గంథం రాసుకుంటే చల్లదనం ఇస్తుంది. వెన్నెల ఆ లక్షణం కలదే. ముత్యం ధరిస్తే మనసు ప్రశాంతిని పొందుతుందని శాస్త్రం చెబుతోంది.

కుజుడు:-ఎర్ర రక్త కణాలకు, రక్త చందనానికి, ఎముకలలోని మజ్జకు, తుప్పుగల ఇనుముకు, వ్రణాలకు, దెబ్బ సెప్టిక్ అవ్వడానికి, బెల్లంలోని ఐరన్‌కు అధిపతి కుజుడే. కుజగోళం ఆకాశంలో ఎర్రగా కనుపిస్తుంది. ఆ ఎరుపుకు కారణం ఆ గోళం మీద తుపపు పై సూర్యకాంతి పడటమే. శరీరంలో ఐరన్ అధికంగా ఉంటే దెబ్బలు తొందరగా తగ్గుతాయి. అవి లోపించిన దెబ్బపై తుప్పు ఇనుము తగిలినా సెప్టిక్ అవుతుంది. బెల్లాన్ని శరీరంలో ఇముడ్చుకునే శక్తి లోపించినపపుడు ఆ బెల్లమే వ్రణాలను తగ్గకుండా చేస్తుంది. ఎములలోని మజ్జలో పగడం కలిసిపోతుందని ఫ్రాన్స్ శాస్త్రవేత్తల అభిప్రాయం. పగడం కుజగ్రహానికి చెందిన రత్నం. కుజుడు శరీర పుష్టికి ప్రాధాన్యం ఇచ్చే గ్రహం. కుజుడికి ధాన్యమైన కంది పప్పు శరీర పుష్టినిస్తోంది. కందుల రంగు ఎరుపే. ఆ ఎముకలలోని లోపాలను పగడం ద్వారా పూరించడం ఫ్రాన్స్ శాస్తవేత్తల కృషి ఫలితం.

బుధుడు :-బుధుడు నరాలకు సంబంధించిన గ్రహం. అతని రాశులు మిథున, కన్యలు. ధాన్యం పెస లు. కన్యారాశి ఉత్పత్తికి, అమ్మకానికి సంకేతం. బుధుడు వ్యాపారస్థుడు. అతని రంగు ఆకుపచ్చ. ఆ రంగు ఉత్పత్తికి సంకేతమని ఆధునిక వైజ్ఞానికుల అభిప్రా యం. పెసల రంగూ ఆకుపచ్చేనని, అవి నరాల

నిస్సత్తువను తొలగిస్తాయని ఆహార వైద్యుల అభిభాషణం. బుధుడు సమయస్ఫూర్తికి అధిపతి. అది లోపించడం బుద్ధి మాంద్యం. పెసలలోనూ బుధునికి చెందిన వసలోను ఆ బుద్ధి మాంద్యాన్ని తగ్గించే లక్షణం ఉంది.

గురుడు :-గురుడు పసుపుకు, పంచదారకు, షుగర్ వ్యాధికి, శనగలకు సంబంధించిన గ్రహం. పంచదారను జీర్ణించుకుంటే షుగర్ వ్యాధి రాదు. అది జీర్ణించుకోలేనప్పుడు ఏర్పడే పుళ్ళకు వేప, పసుపు మందులైతే పంచదార, శనగలు పుళ్ళు తగ్గకుండా చేస్తాయి. గురుడు మేధావి. మేధావులు ఆలోచనలు చేస్తారు. వ్యాయామం చేయరు. ఆ రెండు లక్షణాలే షుగర్ వ్యాధిని పుట్టిస్తాయి. పసుపు షుగర్ వ్యాధి తగ్గిస్తుందని, వ్యాయామం షుగర్ రాకుండా చేస్తుందని వైద్యుల అభిప్రాయం. విశేషించి గురునికి చంద్ర, కుజ, శనులను దోషరహితులుగా చేసే ప్రత్యేక లక్షణం ఉంది.చంద్రుడిచ్చే జబ్బులకు శనిచ్చే వాతానికి పసుపు మంచి మందు. టి.బి.కి కూడా చంద్రుడే అధిపతి. దాన్ని నివారించే శక్తి వెన్న కలిపిన పసుపుకున్నది.

శుక్రుడు:-ఇక శుక్ర గ్రహం సౌందర్యానికీ కారణమవుతుంది. శుక్రుడు నిమ్మపండుకు, తేనెకు, చింతపండుకు, చర్మానికి అధిపతి. సౌందర్యాన్ని చింతపండు, నిమ్మపండు పెంపొందించడం లోకప్రసిద్ధమే. తేనె కూడా ఈ విషయంలో సహకరిస్తుంది. అది పుష్పాల నుంచే వస్తుంది. పుష్ప జాతులు సౌందర్యానికి, సౌకుమార్యానికీ ప్రతీకలు.

శని:-చర్మంలోని మాలిన్యాలను వెలువరించే శక్తికి శని అధిపతి. నువ్వులకు, ఊపిరితిత్తులకు కూడా అధిపతి. ఊపిరితిత్తులు చేసే పని వాయువును క్రమబద్ధం చేయడమే. మాలిన్యాలను వెలువరించే లక్షణం, ఊపిరితిత్తుల పనిని క్రమబద్ధం చేసే లక్షణం నువ్వులకు ఉందని ఆయుర్వేద విజ్ఞానం చెపుతోంది. నువ్వుల నూనె శరీరానికి పట్టించి అభ్యంగనం చేస్తే రోమ కూపాలు శక్తివంతమై చర్మంలోని మాలిన్యాలను తొలగిస్తాయి.ఇలా గ్రహాలకు చెందిన లేదా పొంత ఉన్న వస్తువులు గ్రహాల వల్ల కలిగే అనారోగ్యాలను తొలగిస్తున్నాయి. విశ్లేషించి ఆయా గ్రహాలు ఉచ్ఛ స్వక్షేత్రాదులలో బలంగా ఉన్నప్పుడు ఆయా పంటలు ఎక్కువగా పండి ప్రజలందరికీ అందుబాటులో ఉంటున్నాయి. సప్త గ్రహాల సామ్రాజ్యాన్ని అర్థం చేసుకుంటే అందం, ఆరోగ్యం మన చెంత ఉన్నట్టే.

ఇంద్రియాలకు అధిపతులు ఎవరు??

* మనస్సుకు అధిపతి చంద్రుడు

* బుద్ధికి అధిపతి బృహస్పతి

* చిత్తమునకు అధిపతి ఆత్మ

* అహంకారమునకు అధిపతి రుద్రుడు

* చెవికి అధిపతులు దిక్పాలకులు, శబ్దమును వినగల శక్తిని ఇచ్చువారు.

* చర్మమునకు అధిపతి వాయువు, స్పర్శ జ్ఞానమును ఇచ్చువారు.

* కండ్లకు అధిపతి సూర్యుడు(అగ్ని), స్వరూప వివరమును తెలుసుకోగలిగే శక్తిని ఇచ్చువారు.

* నాలికకు అధిదేవత వరుణుడు. రుచిని గ్రహించెడి శక్తిని ఇచ్చువారు.

* ముక్కుకు అధిదేవతలు అశ్వనీ దేవతలు, వాసన చూసే శక్తిని ఇచ్చువారు.

* నోటికి అధిపతి అగ్ని. మాట్లాడు శక్తిని ఇచ్చువారు.

* చేతులకు అధిపతి ఇంద్రుడు. పనులు చేయుటకు శక్తిని ఇచ్చువారు.

* పాదములకు అధిదేవత విష్ణువు, నడుచుటకు శక్తిని ఇచ్చువారు.

* గుహ్యమునకు అధిపతి ప్రజాపతి

* గుదమునకు అధిపతి యముడు

ఈ అధిపతులు ఆయాస్థానములందు చేరి ఆయా పనులు చేయించుచున్నారు. ఏదైనా ఒక స్థానములో ఆస్థానాధిపతి లేనినాడు ఆ స్థానము దేహమునకు ఉపయోగించదు.

ఉదాహరణకు: చెవికి అధిపతులు దిక్పాలకులు, ఆస్థానములో వారు ఉండనప్పుడు ఆ చెవి యొక్క ఉపయోగముండదు.అదే చెముడు వచ్చిందందురు. ఇలాగే ఏ అవయమునకు లోపములు వచ్చినా ఆస్థానములలో ఆ అధిదేవతులు లేరని అర్థం

SRI RALLABANDI VISHWANATHA SHARMA